

# Hubungan Perilaku *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan Interaksi Sosial Siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 14 Pekanbaru

Uswatun Hasanah<sup>1</sup>, Suci Habibah<sup>2</sup>, Alfiah Tirmizi<sup>3</sup>, Raja Rahima Munawarah RA<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Pekanbaru, Indonesia

[uswahasnah28@gmail.com](mailto:uswahasnah28@gmail.com) [suci.habibah@uin-suska.ac.id](mailto:suci.habibah@uin-suska.ac.id)  
[alfiah@uin-suska.ac.id](mailto:alfiah@uin-suska.ac.id) [raja.rahima@uin-suska.ac.id](mailto:raja.rahima@uin-suska.ac.id)

**Abstract.** This research was instigated by some students who were afraid of missing the moment or being left behind by trends, known as Fear of Missing Out (FoMO) behaviour. FoMO is known to influence the student social interaction quality level. This research was conducted to find out the description of FoMO behaviour, the description of students' social interaction, and the correlation between students' FoMO behaviour and their social interaction. Quantitative method was used in this research, and it was correlational descriptive. 1120 students at State Senior High School 14 Pekanbaru were the population of this research. The samples were 295 students determined with proportional stratified random sampling technique. The instruments used were FoMO and social interaction questionnaires with Likert scale model. The research data were analysed by using descriptive percentage and simple regression analysis. The research findings showed that the description of student FoMO behaviour was on quiet high category with the percentage 32.88%, the description of student social interaction was on quiet high category with the percentage 49.15%, and the correlation between students' FoMO behaviour and their social interaction showed the correlation score -0.977 and the significance result 0.000 lower than 0.005. In the determination analysis, the result of R square was 0.809 or 80.9%, and R score was 0.900. These showed that there was a significant negative correlation between students' FoMO behaviour and their social interaction. It meant that the lower students' social interaction was, the higher their FoMO behaviour would be or vice versa. The research findings could be efforts in increasing student social interaction quality at school, so learning atmosphere could be better.

**Keywords:** Fear of Missing Out; Social Interaction

**Abstrak.** Penelitian ini dilatarbelakangi karena masih terdapat siswa yang takut kehilangan moment atau tertinggal trend yang dikenal dengan perilaku fear of missing out (FoMO). FoMO diketahui dapat mempengaruhi tingkat kualitas interaksi sosial siswa. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran perilaku FoMO, gambaran interaksi sosial siswa dan hubungan perilaku FoMO dengan interaksi sosial siswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif jenis korelasional. Populasi penelitian adalah 1.120 siswa di SMA Negeri 14 Pekanbaru. Sampel berjumlah 295 siswa yang ditetapkan dengan teknik Proportional Stratified Random Sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner FoMO dan interaksi sosial dengan model skala Likert. Data penelitian dianalisis menggunakan deskriptif persentase dan analisis regresi sederhana. Temuan penelitian memperlihatkan bahwa gambaran perilaku FoMO siswa tergolong cukup tinggi dengan persentase 32.88%, gambaran interaksi sosial siswa cukup tinggi dengan persentase 49.15% dan hubungan perilaku FoMO dengan interaksi sosial siswa memperoleh nilai korelasi -0.977 serta hasil signifikansi  $0,000 < 0,005$ . Dalam analisis determinan diperoleh hasil R square adalah 0,809 atau sama dengan 80,9% dan nilai r sebesar 0,900. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif secara signifikan antara FoMO dengan interaksi sosial siswa SMA Negeri 14 Pekanbaru. Artinya, semakin rendah interaksi sosial siswa maka semakin tinggi perilaku FoMO begitupun sebaliknya. Hasil penelitian ini dapat dijadikan upaya dalam meningkatkan kualitas interaksi sosial siswa di sekolah agar dapat meningkatkan suasana belajar yang baik.

**Kata kunci:** Fear of Missing Out; Interaksi Sosial



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Available online at journal homepage:

<https://jom.uin-suska.ac.id/index.php/TSCS>

## PENDAHULUAN

Teknologi terus berkembang pesat seiring dengan kemajuan zaman. Penggunaan teknologi, terutama dalam bidang komunikasi, menjadi lebih mudah dengan hadirnya *smartphone*. Saat ini, *smartphone* telah menjadi barang yang umum digunakan oleh berbagai kalangan, mulai dari anak-anak, remaja, hingga orang dewasa. Di era sekarang, ketika membahas *smartphone*, hal tersebut akan langsung terkait dengan penggunaan internet. Internet juga telah berkembang dan meluas melalui berbagai platform, seperti *email*, *google*, media sosial, dan lainnya. Menurut survei yang dilakukan oleh APJII, jumlah pengguna internet di Indonesia pada tahun 2021-2022 mencapai 210,03 juta orang. Tingkat penetrasi internet di Indonesia pada tahun 2022 tercatat sebesar 77,02%. Penetrasi internet tertinggi berada pada kelompok usia 13 hingga 18 tahun dengan persentase 99,16%, diikuti oleh usia 19 hingga 34 tahun dengan persentase 98,64%.<sup>1</sup> Data ini menunjukkan bahwa penetrasi internet di Indonesia paling tinggi pada usia remaja dan dewasa awal, yang mana pada usia ini siswa SMA termasuk kedalamnya.

Kemajuan teknologi membawa dampak positif dan negatif. Salah satu dampak positifnya adalah kemudahan dalam mendapatkan informasi secara cepat dan instan. Namun, di sisi lain, dampak negatifnya adalah terganggunya interaksi sosial.<sup>2</sup> Hal ini terjadi karena banyak orang lebih memilih berkomunikasi melalui *smartphone* dan lebih fokus pada gaya hidup yang trendi di media sosial, sehingga mereka cenderung mengabaikan lingkungan dan orang-orang di sekitarnya.

Dalam perkembangan klasifikasi gangguan penggunaan internet, muncul gejala baru yang dikenal sebagai FoMO (*fear of missing out*). FoMO diartikan sebagai ketakutan akan ketinggalan momen penting yang dialami oleh individu lain atau kelompok, di mana seseorang tidak dapat hadir atau ikut serta. FoMO dapat dianggap sebagai krisis dalam mengatur diri sendiri akibat tidak

---

<sup>1</sup> APJII. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia Indonesia. (Data Pengguna Jasa Internet Indonesia, 2022).

<sup>2</sup> Salma., Wahidah, I. Dampak Sindrom Fomo Terhadap Interaksi Sosial Pada Remaja., (Jurnal Pendidikan Islam 2022). hlm. 2

terpenuhinya tiga kebutuhan dasar. Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa ada tiga faktor yang menyebabkan seseorang mengalami FoMO, yaitu tidak terpenuhinya kebutuhan akan kompetensi, otonomi, dan keterhubungan.<sup>3</sup>

Salah satu faktor penyebab FoMO adalah tidak terpenuhinya kebutuhan akan keterhubungan, yang secara sederhana berarti kurangnya interaksi sosial dengan orang-orang di sekitar. Pada dasarnya, interaksi sosial sangat penting dalam kehidupan, karena manusia adalah makhluk sosial yang hidup berdampingan dan saling bergantung satu sama lain.<sup>4</sup> Secara umum, interaksi sosial dapat diartikan sebagai hubungan komunikasi antara individu atau kelompok yang dilakukan dengan baik, serta partisipasi individu dalam kegiatan sosial di lingkungannya.<sup>5</sup>

Hasil penelitian yang dilakukan oleh organisasi profesi psikologi Australia (Australian Psychological Society), studi ini menunjukkan bahwa remaja dibagi menjadi dua kategori pengguna aktif media sosial. Pada kelompok pertama, sebagian remaja memiliki tingkat kecemasan yang rendah jika menggunakan media sosial. Namun pada kelompok kedua, remaja tertentu yang memiliki FoMO yang tinggi, kecemasannya akan lebih tinggi jika menggunakan media sosial lebih sering. Dalam penelitian ini menyebutkan bahwa faktor yang mempengaruhi tingginya FoMO pada persentase 11% dialami anak usia 12 hingga 16 tahun dalam penelitian ini.<sup>6</sup>

Dari data yang telah disajikan, terlihat jelas bahwa siswa dengan rentang usia remaja yang menghabiskan banyak waktu di media sosial lebih rentan mengalami perilaku FoMO. Keterlibatan siswa yang tinggi terhadap media sosial ini diyakini dapat mengganggu interaksi sosial mereka. Data yang ada menunjukkan bahwa kemungkinan besar FoMO memiliki kaitan dengan terganggunya interaksi sosial siswa di lingkungan sekolah.

Jika melihat dari efek perilaku FoMO yang membuat siswa yang seakan-akan hanya terpaku pada trend yang tengah viral, maka tujuan awal dari sistem pendidikan yang tertuang dalam Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional menyatakan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara tidak akan terwujud.<sup>7</sup>

Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Al-Menayes menjelaskan individu yang mengalami FoMO akan terus tertarik untuk menggunakan internet sehingga dapat menyebabkan

---

<sup>3</sup> Przybylski, A. K., Murayama, K., Cody R. D., & Gladwell, V. (2013). *Computers in Human Behavior Motivational, Emotional, and Behavioral Correlates of Fear Of Missing Out.* . hlm. 2

<sup>4</sup> *Ibid*

<sup>5</sup> Damayanti. dkk. Analisis Interaksi Sosial Terhadap Pengalaman Pengguna Untuk Loyalitas Dalam Bermain Game. (Jurnal Sistem Informasi, 2020) hlm. 4

<sup>6</sup> Einstein, Dabb & Fraser, Inpsych, *Got FoMo? Links between social media and anxiety in teens*, (APS, 2023) hlm. 1

<sup>7</sup> Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1, Ayat 1.

individu tersebut, cenderung mengalami kecanduan media sosial.<sup>8</sup> Dari penelitian yang dilakukan oleh Komariah, dkk menjelaskan bahwa meningkatnya penggunaan media sosial di kalangan remaja tentunya akan mempengaruhi perilaku seperti ingin tetap *up to date* dan tidak ingin ketinggalan yang diakibatkan dari kecanduan mereka menggunakan media sosial. Hal itu menyebabkan banyak waktu yang habis terbuang hanya untuk menggunakan media sosial. Dari penelitian kepada 80 siswa di SMA 2 Cikarang Pusat ditemukan bahwa penggunaan jejaring sosial Instagram (X) berpengaruh terhadap variabel perilaku FoMO.<sup>9</sup> Artinya, pada siswa terjadi ketergantungan media sosial karena perilaku FOMO hal ini berdampak bagi kehidupan manusia di bidang psikologi dan kesehatan mental.

Oleh karena itu, untuk menjawab perbedaan pendapat dari beberapa penelitian yang ada sebelumnya. Peneliti menetapkan hipotesis penelitian sebagai berikut:

H<sub>0</sub>: Tidak terdapat hubungan antara perilaku FoMO dengan interaksi sosial siswa di SMA negeri 14 Pekanbaru.

H<sub>1</sub>: Terdapat hubungan antara perilaku FoMO dengan interaksi sosial siswa di SMA negeri 14 Pekanbaru.

## METODE

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Penelitian kuantitatif fokus pada pengumpulan data berupa angka hasil pengukuran, sehingga statistik berperan penting sebagai alat untuk menganalisis masalah yang dihadapi. Jenis penelitian yang diterapkan adalah pendekatan korelasional. Menurut Sugiyono, metode kuantitatif korelasional bertujuan untuk menguji hubungan antara dua variabel yang memenuhi kaidah-kaidah ilmiah yang bersifat konkret, objektif, terukur, rasional, sistematis, serta menggunakan angka-angka yang dapat dianalisis secara statistik. Teknik ini digunakan untuk menganalisis hubungan antara variabel bebas (X) yaitu perilaku FoMO dan variabel terikat (Y) yaitu interaksi sosial.<sup>10</sup> Dengan

---

<sup>8</sup> Al-Menayes, J, *The Fear Of Missing Out Scale: Validation Of The Arabic Version And Correlation With Social Media Addiction*. (*International Journal of Applied Psychology* . 2016). hlm. 4

<sup>9</sup> Komariah, Yanti.,T, Wahyu., U. Pengaruh Penggunaan Jejaring Sosial Terhadap Perilaku *Fear Of Missing Out* (Fomo) Pada Remaja. (Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial, 2022). hlm. 1

<sup>10</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, 2018, Bandung : Alfabeta. Hlm. 11

demikian, populasi yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah siswa/siswi SMA Negeri 14 Pekanbaru yang memenuhi kriteria tertentu.

Jumlah sampel dalam penelitian ini ditentukan menggunakan teknik *probability sampling*, khususnya *disproportionate stratified random sampling*. Menurut Sugiyono, teknik ini digunakan untuk menentukan jumlah sampel ketika populasi terdiri dari strata yang tidak proporsional.<sup>11</sup> Dalam penelitian ini, strata yang dimaksud adalah kelas X, XI, dan XII di SMA Negeri 14 Pekanbaru. Untuk menentukan sampel dari total populasi sebanyak 1.120 siswa di SMA Negeri 14 Pekanbaru, digunakan rumus Slovin, yang menghasilkan sampel minimal sebanyak 295 dengan tingkat kesalahan 5% dan tingkat kepercayaan 95%. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner langsung kepada siswa di SMA Negeri 14 Pekanbaru. Pada tahap awal, peneliti akan menanyakan kesadaran dan ketersediaan responden untuk mengisi kuesioner penelitian.

Setelah itu, penelitian ini fokus pada dua skala utama, yaitu skala perilaku FoMO dan skala interaksi sosial siswa. Skala perilaku FoMO didasarkan pada penelitian Przybylski dan terdiri dari 25 item. Berdasarkan analisis, skala ini memiliki nilai reliabilitas (*Alpha Cronbach*) sebesar 0,714. Dari 25 item tersebut, 7 item dinyatakan tidak valid, menyisakan 18 item yang valid. Indeks validitas untuk 25 item skala FoMO berkisar antara 0,000 hingga 0,320, menunjukkan bahwa semua item dapat digunakan dalam analisis data selanjutnya. Sedangkan skala interaksi sosial mencakup beberapa indikator, yaitu (1) percakapan, (2) saling pengertian, (3) kerjasama, (4) keterbukaan, (5) empati, (6) dukungan atau motivasi, (7) rasa positif, dan (8) kesamaan dengan orang lain. Indeks validitas untuk 30 item skala interaksi sosial juga berkisar antara 0,000 hingga 0,320, yang mengakibatkan 6 item tidak dapat digunakan dalam analisis data selanjutnya. Nilai reliabilitas (*Cronbach's alpha*) untuk skala FoMO adalah 0,714, sementara untuk skala interaksi sosial adalah 0,721. Sebuah kuesioner dianggap reliabel jika *Cronbach's alpha*-nya lebih dari 0,6, sehingga dapat disimpulkan bahwa kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah reliabel.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

---

<sup>11</sup> *Ibid*

Teknik korelasi yang digunakan oleh peneliti untuk menguji hubungan antara variabel FoMO dan variabel interaksi sosial dalam hipotesis adalah teknik korelasi *product moment*. Teknik ini akan mengungkapkan normalitas data dan tingkat hubungan antara kedua variabel tersebut. Analisis korelasi bertujuan untuk menentukan apakah ada hubungan atau kecenderungan antara dua variabel atau lebih. Dari hasil analisis korelasi, akan diperoleh koefisien korelasi yang menggambarkan kekuatan hubungan antar variabel.

Hasil perhitungan analisis korelasi dapat ditemukan dalam output analisis korelasi *product moment Pearson* yang diproses menggunakan SPSS<sub>23</sub> for Windows.

**Tabel IV.9 Uji Korelasi Product Moment**

<i>Correlations</i>		
	<i>Fear of Missing Out</i>	<i>Interaksi Sosial</i>
<i>Fear of Missing Out</i>	1	-.977**
<i>Pearson Correlation</i>		.000
<i>Sig. (2-tailed)</i>		.000
<i>N</i>	295	295
<i>Interaksi Sosial</i>	-.977**	1
<i>Pearson Correlation</i>	.000	
<i>Sig. (2-tailed)</i>	.000	
<i>N</i>	295	295

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil analisis korelasi menggunakan uji korelasi *Product Moment* menunjukkan nilai signifikansi untuk FoMO adalah Sig (0,000 < 0,05), dan nilai signifikansi untuk Interaksi Sosial adalah Sig (0,000 < 0,05). Ini berarti hipotesis H<sub>1</sub> diterima dan H<sub>0</sub> ditolak, yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara FoMO dan interaksi sosial siswa di SMA Negeri 14 Pekanbaru. Dengan kata lain, semakin tinggi perilaku FoMO, semakin rendah interaksi sosial siswa di sekolah. Selain itu, hasil analisis juga menunjukkan koefisien (r) sebesar -0,977, mengindikasikan adanya hubungan negatif antara FoMO dan interaksi sosial pada siswa SMA Negeri 14 Pekanbaru.

## **Pembahasan**

Berdasarkan data, penetrasi internet di Indonesia tertinggi pada usia remaja dan dewasa awal, yang mana pada usia ini siswa SMA termasuk kedalamnya. Hal ini menjadi salah satu faktor yang menyebabkan sebagian besar siswa SMA Negeri 14 Pekanbaru berada pada kategori penggunaan internet sedang hingga tinggi. Menurut Santrock, dalam aspek perkembangan

psikologis, remaja memiliki kebutuhan kuat untuk diterima dan disukai oleh kelompoknya.<sup>12</sup> Terpenuhinya kebutuhan ini akan menghasilkan perasaan bahagia dan meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja. Sebaliknya, jika kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, dapat mengakibatkan stres dan kecemasan yang parah. Hal ini sejalan dengan *Social Determination Theory* (SDT) yang menyebutkan bahwa kebutuhan akan keterhubungan (*need of relatedness*) yakni kebutuhan untuk berhubungan sosial serta mencapai kualitas hubungan yang baik merupakan pusat kebutuhan dan kesejahteraan psikologis.<sup>13</sup>

#### a. Fear of missing out (FoMO) di Kalangan siswa SMA Negeri 14 Pekanbaru

Berdasarkan tabel skor FoMO, sebanyak 97 orang dari total sampel termasuk dalam kategori cukup tinggi, dengan persentase 32,88%. Ini menunjukkan bahwa rata-rata sampel dalam penelitian memiliki perilaku FoMO pada tingkat yang cukup tinggi, meskipun ada faktor lain yang juga mempengaruhinya. Menurut Przybylski, Murayama, DeHaan, dan Gladwell, ada tiga faktor yang menyebabkan seseorang mengalami FoMO, yaitu tidak terpenuhinya kebutuhan akan kompetensi, otonomi, dan keterhubungan.<sup>14</sup> Di era perkembangan teknologi saat ini, individu dengan perilaku FoMO sering kali menggunakan media sosial untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan yang belum terpenuhi tersebut.

*Fear of Missing Out* (FoMO) memiliki dua aspek utama, yaitu keterhubungan sosial (*relatedness*) dan diri sendiri (*self*). Berdasarkan analisis data, aspek *relatedness* mendapatkan persentase 51,8% yang termasuk dalam kategori cukup tinggi. Beberapa indikator dalam aspek ini meliputi kekhawatiran saat tidak dapat ikut serta dalam pengalaman atau kegiatan yang dilakukan oleh teman atau orang lain, serta kekhawatiran bahwa teman atau orang lain memiliki pengalaman atau kegiatan yang lebih baik daripada dirinya. Sementara itu, aspek *self* memperoleh hasil 44,6% yang tergolong rendah, dengan indikator seperti sering mencari tahu apa yang sedang terjadi dengan teman atau orang lain di dunia maya, serta sering memperbarui status untuk menginformasikan kabar diri sendiri di dunia maya. Salah satu ciri

---

<sup>12</sup> Santrock, J.W. (2010). Remaja. Edisi 11. Jakarta : Erlangga. Hlm. 10

<sup>13</sup> Ryan, R., M., & Edward, L. D. (2001). *Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being*. *American Psychologist*, 55, hlm. 68 – 78

<sup>14</sup> Przybylski, A. K., Murayama, K., Cody R. D., & Gladwell, V. (2013). *Computers in Human Behavior Motivational , Emotional , and Behavioral Correlates of Fear Of Missing Out.*? . hlm. 3

khas FoMO adalah dorongan untuk menggunakan media sosial, yang paling banyak dialami oleh remaja dan dewasa awal, termasuk siswa.

**b. Interaksi Sosial di Kalangan Siswa SMA Negeri 14 Pekanbaru**

Berdasarkan tabel skor variabel interaksi sosial siswa di SMA Negeri 14 Pekanbaru, secara keseluruhan siswa berada dalam kategori cukup tinggi dengan *persentase* 49,15% atau 145 orang dari total sampel. Interaksi sosial terdiri dari 8 aspek: percakapan, saling pengertian, kerjasama, keterbukaan, empati, dukungan, rasa positif, dan kesamaan dengan orang lain. Hasil analisis data menunjukkan bahwa aspek percakapan mencapai 79% yang termasuk kategori cukup tinggi, aspek saling pengertian mencapai 77% (cukup tinggi), kerjasama mencapai 73% (cukup tinggi), keterbukaan mencapai 78% (cukup tinggi), empati mencapai 76% (cukup tinggi), dukungan mencapai 79% (cukup tinggi), rasa positif mencapai 79% (cukup tinggi), dan kesamaan dengan orang lain mencapai 82% yang masuk dalam kategori tinggi.

**c. Hubungan Antara Fear of Missing Out dengan Interaksi Sosial Siswa di SMA Negeri 14 Pekanbaru.**

Berdasarkan hasil penelitian yang dianalisis menggunakan analisis data *Product Moment*, diperoleh taraf signifikansi sebesar 0,000. Menurut kaidah, jika nilai signifikansi kurang dari atau sama dengan 0,05 ( $\leq 0,05$ ), hipotesis diterima. Sebaliknya, jika nilai signifikansi lebih dari 0,05 ( $\geq 0,05$ ), hipotesis ditolak. Hasil uji korelasi menggunakan *Product Moment* menunjukkan bahwa signifikansi untuk *Fear of Missing Out* adalah Sig (0,000 < 0,05), dan signifikansi untuk Interaksi Sosial juga Sig (0,000 < 0,05), dengan nilai koefisien sebesar -0,977.

Pada tabel terlihat hasil negatif, menunjukkan bahwa nilai korelasi berada pada arah yang negatif, dibuktikan dengan tanda negatif (-) di depan angka -0,977. Tanda negatif ini menandakan adanya hubungan negatif antara FoMO dan interaksi sosial pada siswa SMA Negeri 14 Pekanbaru. Artinya, semakin tinggi FoMO, semakin rendah interaksi sosial siswa di SMA Negeri 14 Pekanbaru, dan sebaliknya, semakin rendah FoMO, semakin tinggi interaksi sosial siswa di sekolah tersebut.

Hal ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh Robert dan David yang berjudul “*The Social Media Party: Fear of Missing Out (FoMO), Social Media Intensity,*



*Connection, and Well-Being*” dalam bahasa Inggris, atau dalam bahasa Indonesia berjudul “Pesta Media Sosial: Takut Ketinggalan (FoMO), Intensitas Media Sosial, Koneksi, dan Kesejahteraan.” Penelitian tersebut menyatakan bahwa ada hubungan negatif antara *fear of missing out* dan interaksi sosial, yang berarti bahwa ketika *fear of missing out* meningkat, interaksi sosial akan menurun.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Kurnia Rahmadani, Yasmansyah, dan Ratna Widiastuti menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan *smartphone*, semakin rendah interaksi sosial dengan teman sebaya pada siswa, dan sebaliknya, semakin rendah intensitas penggunaan *smartphone*, semakin tinggi interaksi sosial dengan teman sebaya. Berdasarkan penelitian sebelumnya dan teori-teori yang mendukung penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara perilaku *fear of missing out* (FoMO) dan interaksi sosial siswa di SMA Negeri 14 Pekanbaru memiliki korelasi yang kuat dan bersifat negatif. Hasil penelitian ini juga menegaskan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku FoMO adalah tidak terpenuhinya kebutuhan akan keterhubungan.

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, yang didapatkan dengan analisis uji korelasi *product moment*, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan negatif antara FoMO dengan Interaksi Sosial pada siswa SMA Negeri 14 Pekanbaru dan memperoleh hasil signifikansi Fear of Missing Out adalah Sig (0,000 < 0,05), dan hasil signifikansi Interaksi Sosial adalah Sig (0,000 < 0,05). Dapat diartikan bahwa semakin tinggi FoMO maka semakin rendah interaksi sosial pada siswa SMA Negeri 14 Pekanbaru. Sedangkan dalam analisis determinan diperoleh hasil R square adalah 0,809 atau sama dengan 80,9 % dan nilai R sebesar 0.900. Dapat diartikan, Interaksi sosial memberikan sumbangan efektif sebesar 80,9% terhadap *fear of missing out* (FoMO) sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lainnya.

Bagi peneliti lainnya yang tertarik untuk melakukan penelitian dengan topik terkait, peneliti disarankan untuk memperdalam fenomena yang dipengaruhi oleh yang berbeda, sebagai contoh adalah hasil belajar atau bisa yang lainnya. Selain itu, peneliti lainnya juga dapat meninjau variabel-variabel independen ataupun dependen lainnya, seperti identitas diri, kebahagiaan diri, faktor media, dan lainnya.

## DAFTAR RUJUKAN

- Al-Menayes, J. (2016). *The Fear Of Missing Out Scale: Validation Of The Arabic Version And Correlation With Social Media Addiction*. International Journal of Applied Psychology.
- APJII. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia Indonesia. (2022). Data Pengguna Jasa Internet Indonesia. <https://dataindonesia.id/digital/detail/apjii-pengguna-internet-indonesia-tembus-210-juta-pada-2022>
- Ayub, M., & Sulaeman, S. F. (2022). Dampak Sosial Media Terhadap Interaksi Sosial Pada Remaja: Kajian Sistematis. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 7(1), 21–32.
- Damayanti, D., Megawaty, D. A., Rio, M. G., Rubiyah, R., Yanto, R., & Nurwanti, I. (2020). Analisis Interaksi Sosial Terhadap Pengalaman Pengguna Untuk Loyalitas Dalam Bermain Game. *JSI: Jurnal Sistem Informasi (E-Journal)*, 12(2). <https://doi.org/10.36706/jsi.v12i2.12315>
- Einstein, Dabb & Fraser, Inpsych, *Got FoMo? Links between social media and anxiety in teens*, (APS, 2023)
- Gezgin, D. M., Hamutoglu, N. B., Gemikonakli, O., & Raman, I. (2019). *Social networks users : Fear of missing out in preservice teachers*. *Journal of Education and Practice* 8 (17), 156–168.
- Komariah, Tayo, Y., & Utamidewi, W. (2022). Pengaruh Penggunaan Jejaring Sosial Terhadap Perilaku Fear of Missing Out (FoMO) Pada Remaja. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 9(9), 3463–3471.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., Cody R. D., & Gladwell, V. (2013). *Computers in Human Behavior Motivational , Emotional , and Behavioral Correlates of Fear Of Missing Out*.
- Ryan. R., M., & Edward, L. D. (2001). *Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being*. *American Psychologist*, 55, 68 – 78
- Stone, N. (2018). Update Available: Generation Z. diakses dari [www.laughlin.com/Laughlin/media/public/pdf/LC-eBook-Gen-Z.pdf?ext=.pdf](http://www.laughlin.com/Laughlin/media/public/pdf/LC-eBook-Gen-Z.pdf?ext=.pdf).
- Sugiyono. (2018) *Metode Penelitian Kuantitatif*, Bandung : Alfabeta
- Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional